CONSULTORIO SEXOLOGICO DE ARTIDORO

DISTRIBUCION GRATUITA

Nº 10

SUPER idolo

BIBLIOTECA POPULAR COLECCIONABLE

Arte y Sexo

CABALLERO SOLO

Los jóvenes homosexuales y las muchachas amorosas, y las largas viudas que sufren el delirante insomnio, y las jóvenes señoras preñadas hace veinte horas, y los roncos gatos que cruzan mi jardín en tinieblas, como un collar de palpitantes ostras sexuales rodean mi residencia solitaria, como enemigos, establecidos contra mi alma, como conspiradores en traje de dormitorio que cambiaran largos besos espesos por consigna.

El radiante verano conduce a los enamorados en uniformes regimientos melancólicos hechos de gordas y flacas y alegres y tristes parejas: bajo los elegantes cocoteros, junto al océano y la Luna, hay una continua vida de pantalones y polleras, un rumor de medias de seda acariciadas, y senos femeninos que brillan como ojos.

El pequeño empleado, después de mucho, después del tedio semanal, y las novelas leídas de noche en cama ha definitivamente seducido a su vecina, y la lleva a los miserables cinematógrafos donde los héroes son potros o príncipes apasionados, y acaricia sus piernas llenas de dulce vello con sus ardientes y húmedas manos que huelen a cigarrillo.

Los atardeceres del seductor y las noches de los esposos se unen como dos sábanas sepultándome, y las horas después del almuerzo en que los jóvenes estudiantes y las jóvenes estudiantes, y los sacerdotes se masturban, y los animales fornican directamente, y las abejas huelen a sangre, y las moscas zumban coléricas. y los primos juegan extrañamente con sus primas, y los médicos miran con furia al marido de la joven paciente, y las horas de la mañana en que el profesor, como por descuido, cumple con su deber conyugal y desayuna, y más aún los adúlteros, que se aman con verdadero amor sobre lechos altos y largos como embarcaciones: seguramente, eternamente me rodea este gran bosque respiratorio y enredado con grandes flores como bocas y dentadura y negras raíces en forma de uñas y zapatos.

PABLO NERUDA
(CHILE, 1904)

Donación de la
Biblioteca Personal del
DR. ARTIDORO CACERES VELASQUEZ

BIBLIOTECA ENRIQUE ENCINAS
HOSPITAL "VICTOR LARCO HERRERA"

CASOS CLINICOS

"MI HERMANO ES HOMOSEXUAL"

Soy una mujer de 30 años de edad y administro el negocio de mis padres. Tengo un hermano que acaba de cumplir 26 años y que también trabaja con nosotros. Desde muy niño fue muy retraído y no le gustaba tener muchos amigos. Hasta la actualidad no le conocemos enamorada alguna, ni tampoco acostumbra a salir con amigas a reuniones o paseos.

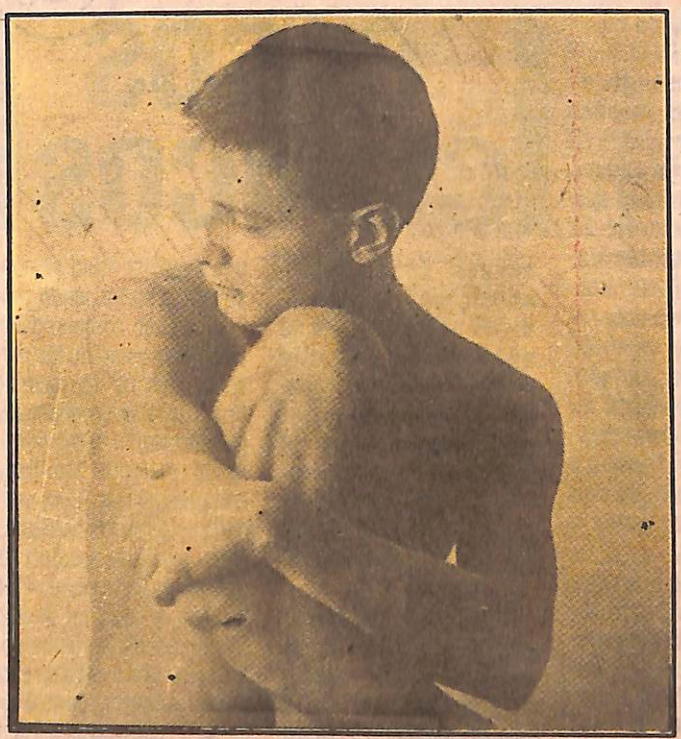
Hace una semana encontré una carta en una de sus camisas que había dado a lavar. Con cierta curiosidad recorrí las líneas de esas páginas y fue para mí el horror de los horrores. Era la carta de un amigo que la dirigía a mi hermano en términos escalofriantes para mí. Hablaban de su última experiencia "amorosa" y de todo lo que hacían cuando se encontraban a solas. El contenido de esta carta demostraba, sin lugar a dudas, que mi hermano era homosexual. Este conocimiento me ha torturado desde entonces y no sé qué hacer frente a este terrible drama o tragedia en que vivo, y que seguramente vivirá mi familia si llegara a enterarse de esta atroz conducta e indigno comportamiento de mi hermano.

A partir de entonces, cada vez que lo veo lo rechazo hasta con la mirada y he decidido no ocuparme de él; y hasta estoy convencida que si le hablo a mi padre será expulsado del hogar y del trabajo.

Antes de tomar una decisión recurro a usted para que me aconseje la forma como debo actuar.

ROSA MARIA,
SAN ISIDRO

En primer lugar, mi muy apreciada amiga, quiero agradecerle por la confianza que deposita usted en consultarnos su tremendo problema. Creo comprenderla, porque es usted de las personas que no ha recibido oportuna y adecuadamente la información sobre la homosexualidad. Me hace comprender que se ha quedado usted en los niveles de rechazo y de acusación a las personas homosexuales. No la juzgo, ni la critico; intento comprenderla. Sin embargo, es bueno que le diga en esta breve respuesta que está totalmente equivocada al emplear adjetivos indignos para personas que no tienen otra forma de amar y ser amadas que la opción homosexual. Le ruego que corrija sus acusaciones y sus rechazos. Su hermano, como todas las personas homosexuales, requiere no sólo la comprensión, sino también el respeto a su libre actuar. Los homosexuales, mi querida amiga, son tan normales como los heterosexuales, o



"Nunca lo imagine, pero mi hermano es homosexual"

los que deciden hacer voto de castidad. Pero esta actitud no es tan fácil de admitir en un país tan inculto y discriminante, en donde por diversas formas y en distintas instancias se vitupera, se ofende y se denigra a la conducta homosexual, tanto en varones como en mujeres. Si usted ama a su hermano tiene que comprender su situación y aceptar que en su mayoría de edad haya tomado esta decisión. No deje usted de amarlo, intente conversar con él, amorosa y comprensivamente, y llegue usted hasta el fondo de sus sentimientos para que él le confiese lo que está viviendo y lo que siente; pero no lo acuse y menos lo condene. Mantenga usted la reserva porque hasta está escrito en la Biblia: "Dios perdona el pecado, pero no el escándalo". Por lo tanto, mi querida amiga, le ruego encarecidamente ser comprensiva y actuar humanamente, con mucho afecto; con mucho sentimiento y con todo lo que puede llevar su amor de hermana para ayudar a su hermano a realizarse en la línea de conducta que a él mejor le parezca.

Queda un último asunto: el saber con exactitud si él es un homosexual verdadero, ocasional o de otras cir-

cunstancias. Para este hecho convendría insinuarle la posibilidad de una consulta con un sexólogo experimentado, no dogmático, menos aún sectario, y que no cultive la discriminación que (sobre todo las religiones, en especial la católica), propone contra los homosexuales. Pero primero converse con él, y antes de hacerlo tome usted el convencimiento que su hermano puede ser una persona no solamente normal, sino también valiosa para nuestra sociedad.

Continúe escribiéndonos y ofreciéndonos información sobre el curso de los acontecimientos. Muchas gracias.

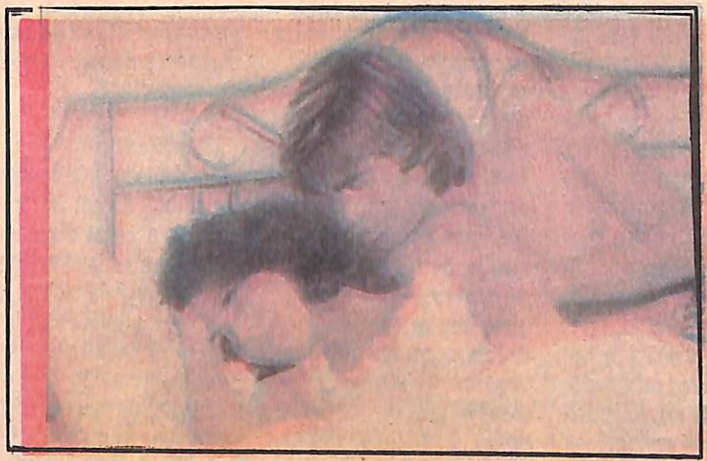
PRESERVATIVO FEMENINO

Me considero una persona prevenida y cada vez que hago algo me aseguro de hacerlo bien. En el aspecto sexual también me sucede lo mismo: siempre estoy atenta al más mínimo detalle para evitar embarazos no deseados. Sucede que últimamente mi compañero, con el cual convivo, se niega a usar preservativos bajo la excusa que le resulta incómodo, inadecuado y molesto. Ante esa conducta, para mí negativa, sólo me queda tomar la iniciativa. En ese sentido quisiera que me informara usted con respecto al llamado "preservativo femenino" que, según he escuchado, es un nuevo anticonceptivo que ya se comercializa en nuestro país. Desearía saber, doctor, cuál es el grado de confiabilidad de este método y dónde lo puedo adquirir.

ROSA,
SAN BORJA

El llamado "preservativo femenino" es un término aplicado a varios dispositivos, entre los cuales están el diafragma y la esponja. También se aplica esta denominación a un dispositivo parecido al condón y que en realidad es un pequeño diafragma que se mantiene introducido en la vagina y que

Hay que elegir el anticonceptivo adecuado, a fin de evitar embarazos no deseados.



El diálogo es muy importante. Si no experimenta orgasmo, lo mejor es comunicárselo a la pareja

bloquea el ingreso de los espermatozoides hacia el cuello del útero. En realidad, es un gran condón que ingresa hasta el fondo de la vagina. También se ha diseñado una especie de microdiafragma que se mantiene pegado al cuello uterino y que es de más difícil colocación. Se está dando el nombre de preservativo también a la sustancia que se aplica con un dispositivo tipo rociador (spray) y que cerraría el ingreso al útero de los espermatozoides por un tiempo determinado. Para la utilización de este método, incluyendo los otros anticonceptivos, convendría una visita al especialista para que pueda recomendarle la mejor técnica de regulación de la fecundidad y que se adapte no sólo a sus necesidades, sino también a su estado de salud actual. No me parece extraño que su esposo no quiera usar condones que, a decir verdad, no representan una disminución del rendimiento coital. Este es un claro ejemplo de lo que podíamos llamar egoísmo, machismo, falta de responsabilidad o simple y llanamente comodona o sugestionabilidad inadecuada de los hombres que no quieren compartir el esfuerzo de gozar del sexo sin complicaciones. Las parejas deben entender que la responsabilidad es de ambos; usted debe hacerle entender a su compañero que un buen condón no quita la sensibilidad ni da mayores dificultades. En todo caso, las bondades son mucho más importantes que los defectos; y, por supuesto, si él no quiere aceptar un adminículo, recomendamos que usted sea la que tome las acciones y, como repito, visitar a un experto para que le recomiende el mejor método anticonceptivo que usted pueda manejar bajo sus propias condiciones, libre albedrío y responsabilidad. No se olvide jamás que las consecuencias negativas de esta inadecuación las va a cargar usted, fundamentalmente.

" NO SE LO QUE ES UN ORGASMO"

Doctor Cáceres, creo que atravieso un serio

problema. Soy una muchacha de 19 años, he tenido relaciones sexuales por casi dos años y siempre muy gratificantes. Perdí lo que ahora se llama virginidad a los 17 años. Hace unos meses contraje matrimonio, y mi esposo y yo tenemos relaciones coitales casi todos los días. Pero debo serle sincera, y he aquí mi gran problema. Le confieso que nunca he sentido el placer durante el acto coital. No puedo negar que disfruto del momento; mi esposo me dice cosas muy bellas y se comporta muy tiernamente diciéndome palabras de amor que me halagan, besándome y tocándome de una forma tierna. Pero, a pesar de esta constante actividad coital y de lo linda que es la conducta de mi esposo, nunca he llegado al orgasmo. Supongo que existe algo raro en mí. Le escribo para rogarle me dé su opinión.

ELSI,
de HIGUERETA

El problema que usted nos plantea es uno de los más frecuentes en los trastornos sexuales de las mujeres en nuestro país y del mundo. Se llama disfunción orgásmica, que fue descrita en una época relativamente reciente, cuando se ha logrado establecer la aceptación del placer sexual en la mujer. Hasta aproximadamente a comienzos de este siglo se negaba a las mujeres el derecho al orgasmo porque, aparentemente, era el "placer de la carne" una conducta que no la podían tener las llamadas "damas" de sociedad.

El primer aspecto que se debe evaluar es el comportamiento sexual de su esposo. Aunque usted afirma que él se comporta "tiernamente", siempre este rasgo afectivo tiene relación con los niveles de estimulación erótica previos al orgasmo. Si las secuencias que van del deseo al orgasmo se han seguido y, a pesar de ello, no disfruta del coito, sería muy importante solicitar una consulta, por cuanto el tiempo y la rutina pueden agravar su situación. Mientras tanto, le aconsejo conversar serena y apaciblemente con su marido y, entre ambos, buscar que su satisfacción sea completa. No me dice usted en su carta si él está enterado de su realidad. De acuerdo a nuestros conocimientos estadísticos, parece que las esposas o compañeras que sufren de insuficiencia orgásmica no comunican a ellos de esta situación, porque la consideran negativa para su relación amorosa. Es muy importante que él conozca su situación, ya que usted terminará rechazándolo y hasta negándose totalmente a aceptar sus caricias. El sentimiento pasivo y a veces rechazante conduce a una negativa futura y definitiva, y también al resquebrajamiento de la relación conyugal.

Es el orgasmo el que debe concluir la serie de etapas del acto coital, por más linda que sea la fase de excitación. Es evidente que si no termina con el gran placer orgásmico, es mejor que no se practique, porque usted quedará frustrada y decepcionada. Si con esta conversación con su esposo y con la dedicación de él de ofrecerle el orgasmo no se soluciona el problema, es muy importante la consulta sexológica para analizar las causas fundamentales de su trastorno.

RECORDS EN SEXOLOGIA

EYACULACION MAS TEMPRANA:

Hasta donde se sabe, la eyaculación producida más precozmente se presentó en un niño de 8 años de edad.

EYACULACION MAS TARDIA:

Se ha determinado que la eyaculación más tardía se produjo en un joven de 24 años de edad.

LAS MAL LLAMADAS "DESVIACIONES SEXUALES"

ARTIDORO CACERES LE BRETON Médico Cirujano
Post Grado en Sexología Clínica.

En los siguientes números de nuestra revista analizaremos el tema de las "perversiones", asunto que encanta a algunos pero que espanta a otros. Para ubicarnos adecuadamente en el tema debemos, ante todo, definir algunos términos como son los siguientes:

SEXUALIDAD: Conjunto de condiciones, situaciones y posibilidades que caracterizan a cada sexo, en su relación con ellos mismos, con los demás y/o con asuntos trascendentes (o ideológicos).

SEXO: Sinónimo de género sexual, condición biológica, cromosómica, fisicoquímica de SER: Hembra, mujer, femenina: Macho varón, masculino; intersexuado, ambisexuado o hermafrodita.

SEXOLOGIA: Disciplina (ciencia, arte, técnica y tecnología) que estudia a los sexos y a su sexualidad.

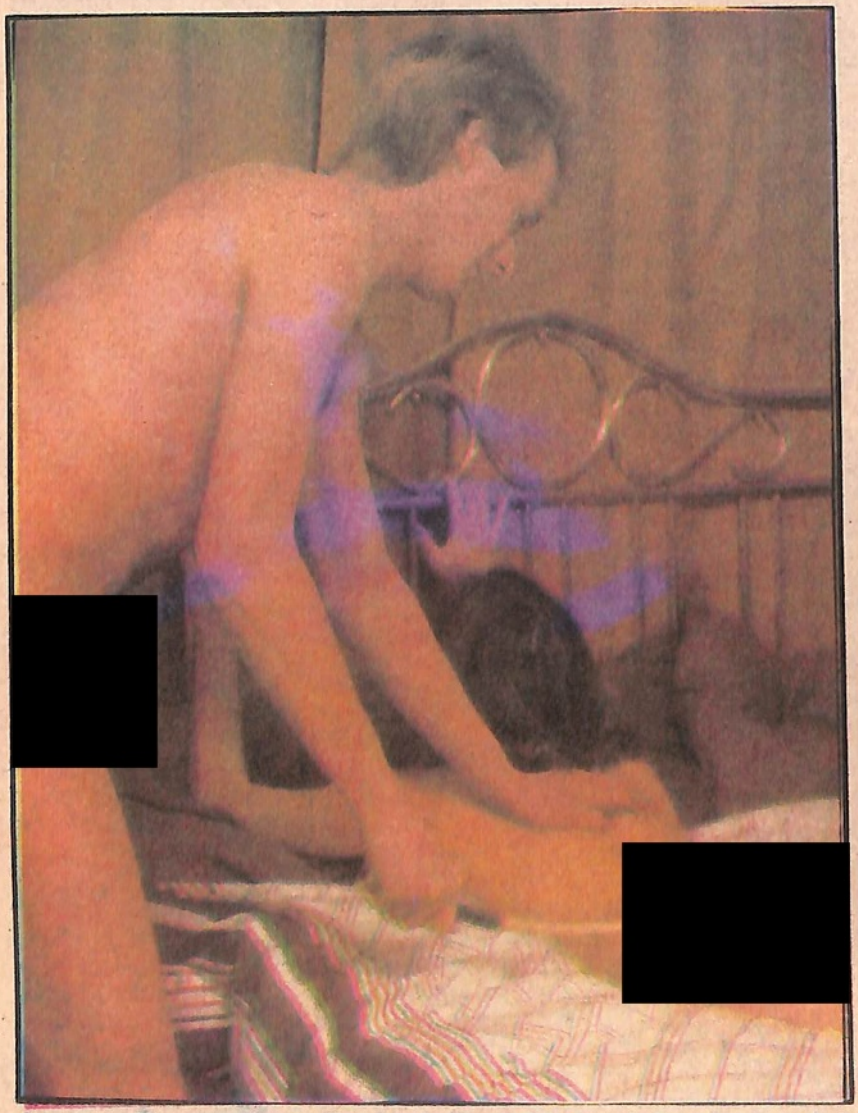
PERVERSION: Palabra que deriva del latín; es "acción y efecto de pervertir o pervertirse; estado de error o corrupción de costumbres". Pervertir es perturbar el orden o estado de las cosas, es "viciar con malas doctrinas o ejemplos las costumbres, la fé, el gusto, etc". (Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española).

PERVERSIDAD: Es "suma maldad o corrupción de las costumbres o de la calidad o estado de vida" y **PERVERSO (SA)** "sumamente malo, depravado en las costumbres u obligación de su estado".

Desde el punto de vista lingüístico, la palabra **perversión** implica pues error o corrupción. Sin embargo, la sociedad establece sus normas que no siempre son éticas, sino más bien morales -es decir, normas con carácter temporal y espacial definidos-; califica a las costumbres y a las conductas según su conveniencia y, muchas veces, es producto de criterios ideológicos, políticos o religiosos, y no éticos.

El concepto de PERVERSION, aplicada a la sexualidad, ha sido motivo de numerosas discusiones en latitudes diferentes y con conclusiones variadas. Muchas de las antiguas perversiones hoy son aceptadas como comportamientos normales en determinadas sociedades. Por eso es importante revisar de cuando en cuando estos criterios y estas normas, y referirlas al momento histórico en el cual se vive.

La PERVERSION en sexualidad tiene, además, connotaciones de "normalidad" y "anormalidad" y por supuesto apunta a criterios patologizantes. Sin embargo, quisiéramos plantear en esta exposición el CON-



La perversión es un ataque directo a la libertad de uno de los miembros de la pareja sexual.

CEPTO DE LIBERTAD. La LIBERTAD es un valor ético. Por lo tanto es universal e intemporal. A nuestro juicio, la perversión es un ataque directo a la libertad de uno de los miembros de la pareja sexual. En otras palabras, hay perversidad cuando se obliga, se somete, se esclaviza o se daña la dignidad y la libertad de uno de los participantes en la comunicación sexual.

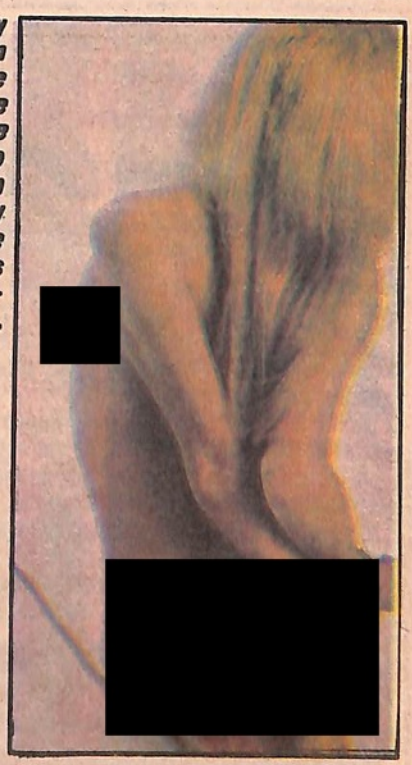
DEFINICION DE NORMALIDAD: Lo conceptuado como normal y anormal en lo sexual varía mucho según la cultura en la que se vive y el tiempo en que se desarrolla. Por lo tanto, lo que las personas consideran normal es casi siempre lo que estadísticamente se acerca al promedio de una conducta habitual entre los miembros de una comunidad.

Pero desde el punto de vista psicológico, es anormal lo que genera una sensación personal y subjetiva de congoja, aflicción o angustia, o lo que impide que una persona se comporte adecuadamente en situaciones sociales ordinarias y en contextos ocupacionales comunes.

El argumento que tratamos de exponer es que no podemos juzgar con facilidad como anormal a una persona por sus costumbres, siempre y cuando no cause daño o dolor a otros.

Por lo tanto, no podemos permitirnos etiquetar a las personas por los hábitos que vamos a describir, porque si los tildamos hasta de "diferentes" induciríamos a los otros a distanciarse de ella o tal vez a rechazarla. La estigmatización se refiere a los efectos negativos que puede producir el etiquetaje o rotulación de una conducta, por lo cual, para evitarlo, hablaremos de **"variaciones en la conducta sexual"**, tema que desarrollaremos en nuestros próximos números. No somos jueces, por lo tanto, como sexólogos sólo describimos esas conductas en lo que tienen de ciencia o en los que el análisis comportamental ha descubierto e investigado. Hasta nuestro próximo número.

Hay perversión cuando se obliga, se somete, se esclaviza o se daña la dignidad y libertad de uno de los participantes.



EL ORGASMO:

REDENCION DEFINITIVA DEL AMOR

Placer supremo conferido a los seres humanos y con seguridad también a los animales, que con el nombre de "CLIMAX" o "NIRVANA" u otros de diferente procedencia etimológica, señala una sensación extraordinaria y maravillosa muy difícil de describir con palabras. "La máxima expresión de la sexualidad humana" es el momento de "descarga" de una serie de productos químicos que movilizan energías y producen algo inefable.

Son muchas las interpretaciones y definiciones que se vierten acerca del orgasmo. Estas varían de acuerdo al grado de conocimiento o experiencia de cada persona opinante. Para algunos, la sola pronunciación de esta palabra les puede resultar vergonzosa, pecaminosa, sucia, indecente; mientras que para otros -los que sí lo sintieron- este momento es calificado como **"la línea que une todos los puntos de nuestro carácter humano para formar un círculo perfecto. En ese instante uno se siente en el centro del universo, en lo más perfecto de la existencia y de la vida"**.

El orgasmo es mucho más que la liberación de la tensión muscular, es una sensación que invade todo el organismo.

El orgasmo es, entonces, mucho más que la liberación de la tensión muscular, como han dicho algunas personas y, por supuesto, es algo mucho más que las contracciones musculares, la respiración rápida, el aumento del latido cardiaco y la secreción de sudor y de semen o lubricación vaginal. Los poetas, incluyendo a los místicos, lo han calificado de éxtasis, "la redención definitiva del amor".

Cualquiera sea la definición y cualesquiera las palabras que se utilizan para calificarlo, el orgasmo es una sensación que invade todo el organismo y que, según las investigaciones en el laboratorio científico, puede tener diferentes intensidades e inclusive diferentes formas de presentación.

El estado de ánimo, salud física, mental y social, así como los sentimientos que se experimentan sobre la pareja influyen en la calidad de un orgasmo.

En otras palabras, hay varios tipos de orgasmos y distintas formas de conseguirlo. Es todo un espectro y casi me atrevería a decir que los matices en calidad y cantidad son muy variados; y, lo que es más importante, considero que es también un motivo de aprendizaje y de perfeccionamiento.

La experiencia de un orgasmo, tanto en el varón como en la mujer, puede variar de acuerdo con su estado de ánimo, con su salud física, mental y social, con sus sentimientos sobre la pareja y sobre sí mismo y la zona a través de la cual se ha desencadenado esta onda creciente e indetenible que conduce al orgasmo.

Hay personas que tienen orgasmos más satisfactorios, otros lo tienen menos intensos; pero psicológicamente, el orgasmo es el mismo; cualquiera sea la forma en que se produzca y el elemento anatómico que lo haya provocado directamente.

La función sexual es tan natural como el dormir o comer o cumplir otras necesidades fisiológicas. En las personas sanas las funciones naturales proporcionan bienestar y placer, lo que también sucede en lo que se refiere a la sexualidad. En la función sexual el placer es una consecuencia natural y deseable. No es posible olvidar que ninguna de las funciones naturales depende exclusivamente de órganos aislados, todas ellas están sometidas al control del sistema nervioso y, por lo tanto, sujetas a la influencia de las emociones. La actividad sexual puede ser estimulada de diferentes maneras. Frecuentemente los estímulos son desde el pensamiento a contactos desde sonidos a olores o visiones de contenidos eróticos. Por lo tanto, las personas pueden excitarse no sólo durante el acto sexual, sino también a causa de los sueños y de las fantasías, de una canción, de una caricia en el cuello o

en los senos, de la imagen de un cuerpo de otra persona o de una estimulación directa con tocamientos en los órganos genitales.

Cuando se han despertado las sensaciones sexuales, el cuerpo reacciona con una serie de cambios de naturaleza variada, pero sobre todo bioquímica, que conducen al orgasmo. Desde el punto de vista fisiológico, el orgasmo corresponde a la liberación súbita e involuntaria de la congestión vascular y de la tensión muscular, acumuladas en las fases del preludio amoroso, y desde esta perspectiva, el orgasmo es un eslabón en la cadena coital.

Las diversas etapas han sido denominadas por los sexólogos con nombres diversos. Master y Johnson, fueron los primeros en diferenciar cuatro etapas en el orgasmo: excitación, meseta, clímax y resolución. En realidad estas etapas estaban referidas al coito. La palabra clímax puede perfectamente ser cambiada por la palabra orgasmo. Por lo tanto, desde esta perspectiva el orgasmo sería la tercera fase del sexo coital que lleva desde la excitación hasta la resolución.

Nosotros, y después de muchos años de investigación y de análisis, en especial desde el campo de la neurosicología y de la sexualidad, hemos planteado una variación y ampliación de este esquema presentado por Master y Johnson, de los Estados Unidos. Para nosotros, la cadena coital tiene seis etapas que van desde el deseo hasta el post orgasmo y que incluyen la búsqueda del objeto sexual, la estimulación que implica predominio neurosensorial, la genitalización que determina el momento de atención predominante a los genitales y el orgasmo que evidentemente centra la respuesta y que en el hombre casi siempre es simultáneo a la eyaculación.

Los varones y las mujeres tienen sus propias formas de pasar por estos estadios. Es evidente que cada quien se detiene, más o menos aplicado a una de estas etapas. Depende mucho de la educación, del entrenamiento y de la cultura. Que el rendimiento que conduce al orgasmo lo prepare con anticipación y que lo haga alcanzar niveles cada día más superiores y en cada experiencia más perfectas.

No todas las personas experimentan el orgasmo con la misma intensidad.

En la representación de la "Venus de Milo", su ombligo tiene la forma de "Luna llena".

EL OMBLIGO:
ZONA EROGENA DE GRAN PODER SENSUAL

Aunque usted no lo crea, se ha logrado determinar que el ombligo puede ser, y de hecho es, una zona erógena muy atractiva en la mujer. Hay numerosos estudios, en especial en textos antiguos, árabes, chinos e hindúes que han establecido que para muchos hombres el abdomen y, en especial el ombligo es altamente atractivo. Se cree que la primera descripción de este asunto está escrito en el "Cantar de los Cantares", del rey Salomón, quien llegó a glorificar los encantos de su amada, la Sulamita, de quien Salomón decía que poseía un ombligo que era como "un cáliz redondo al que nunca le falta licor".

Los primeros estudios del "Cantar de los Cantares", en especial el de San Juan de la Cruz y el de Fray Luis de León se detuvieron específicamente en el establecimiento de los lineamientos eróticos de esta obra tradicional y clásica. Las interpretaciones de ambos en relación al versículo en que Salomón exalta al ombligo de la Sulamita han sido analizados casi completamente.

El doctor Nahun Neggl de la universidad de Jerusalén, hizo un análisis lingüístico de esta obra, dirigiendo toda su atención al contenido erótico sexual. Numerosos estudios se han realizado de lo que se piensa fue el motivo fundamental de las frases escritas por el rey Salomón en relación al ombligo de su compañera.

En la historia también encontramos otros datos de esta naturaleza: se habla por ejemplo de la diosa Onfalia que ha sido representada por varios escultores como la diosa de la voluptuosidad como que su ombligo llegó a ser mítico en su sensualidad, casto y carnal, un atributo asexuado de la vida sexual.

Igualmente está el mito de la divina pareja de la Luna y el Sol y el de Afrodito. Aclaran y plantean un hecho que ha sido considerado revelador: la bisexualidad de los seres humanos a través del ombligo. "Durante toda nuestra existencia percibimos la cicatriz de la herida que sufrimos cuando la luz nos arrancó de la quietud del claustro materno, pero también que gozamos de la luna, vemos en el ombligo la alegría de haber nacido. esto

Nadie puede negar el atractiv
al descubierto su ombligo.

que representa una mujer que deja

parece explicar con una vaga sonrisa lo que suscita la sola pronunciación de la palabra ombligo.

Los estudiosos de este tema han sido calificados de Onfalólogos y en numerosos estudios se ha llegado a la conclusión que los ombligos pueden ser clasificados en diferentes tipos. Algunos hablan de su forma horizontal y vertical. Le dan a estas formas significados variados de interpretación a veces premonitoria. Otras han dividido a los ombligos de acuerdo a la forma que tienen, como por ejemplo, quienes se refieren al ombligo "botón" o de "luna llena" que sería, según estos autores, el más perfecto. Así fue representado en La Venus de Milo, su ombligo tiene la forma de "luna llena".

Ciertos ombligos verticales tienen además en el interior algunos pliegues que les pueden dar diversas características y lo mismo ocurre con los ombligos horizontales. Por ejemplo, se habla de ombligos con forma de ojo e inclusive hay quienes los separan según la forma en distintas subclases o sub-tipos de ombligos en forma de ojo y así se hace mención del ombligo "ojo de gato", del ombligo "párpado semicerrado"; del ombligo "grano de café" e inclusive en el de "rosa" o "clavel".

El pintor francés de origen alemán Max Ernst, dibujó y compuso un collage subrrealista en 1934 en el que el ombligo ocupaba todo el centro de la pintura.

Los estetas, en especial los orfebres, que fabrican joyas se han dedicado a imponer los adornos para el ombligo. Por esta razón en las playas de ciudades europeas y norteamericanas se observan cadenas en la cintura que tienen su punto culminante en el ombligo e inclusive se ha llegado a organizar un concurso en Estados Unidos llamado "Miss Ombligo". Pero más allá de las alhajas o certamenes, este lugar del cuerpo se convierte en un lugar de carga erótica, sensual y sexual.

Nadie puede negar el atractivo que representa una mujer vestida con tal elegancia y en tal forma que deja visible esa parte del abdomen y, atrae las miradas, en especial de los varones, hacia su ombligo. Hasta existe la danza llamada

"danza del ombligo"o también denominada "ombligada" o "umbigada", que es un baile que guarda cierta proximidad con la lambada de nuestra época. La diferencia radica en que esta danza, la "ombligada", implica el frotamiento del abdomen con abdomen en un interés de colocar los dos ombligos completamente unidos y frotándose.

La referencia del ombligo es frecuente en las obras clásicas, tanto griegas como árabes. En estas descripciones se hacen pronósticos de vida, de felicidad y tristeza, analizando el ombligo de los niños: un ombligo ancho y cóncavo es considerado no sólo hermoso, sino como indicio de un excelente desarrollo y de un buen nivel de crecimiento. Varios autores han precisado además que el olor emanado por el ombligo tiene ciertas características que guardarían relación erótica sexual con las feromonas; así se cree en la China. El doctor Chang Cheng, señala que el ombligo es un alto estimulador sexual para el hombre fundamentalmente en relación al olor que desencadena.

En las esculturas indias del siglo XI (Mathya Pradesh), se simboliza el ombligo como parte importante del cuerpo femenino y se le relaciona como vínculo entre la fertilidad del campo y la actividad sexual.

Por lo tanto, y en mérito a lo anteriormente señalado, es conveniente rescatar el valor sensual y erótico del ombligo, ya que en este lado del mundo y preferencialmente en Latinoamérica no ha sido tan bien analizado y, supuestamente, los resultados deberían crear un gran impacto. Hasta se podría originar una moda a la que nos permitimos proponer llamar "ombligomanía" o también "ombligofilia" o tal vez "onfalofilia", ya que onfalos es ombligo en griego. Podríamos decir que este sector del cuerpo es olvidado tanto en los varones como en las mujeres y no hay duda que es una hermosa zona humana, es especial de la femenina, hermosa cuando se la sabe apreciar adecuadamente.

Les sugerimos, queridos lectores, analizarse de inmediato su ombligo, clasificarlo, establecer sus peculiaridades, admirar su forma y hasta si, es posible, olerlo. Naturalmente a partir de esta observación, cuidarlo y embellecerlo.

CONSULTORIO SEXOLOGICO DE ARTIDORO

◆ EMPRESA EDITORA DEL ROSARIO S.A.
Av. Salaverry 722, Jesús María, Lima
Teléfono 23-6228

◆ PRESIDENTE DEL DIRECTORIO
LORENZO VILLANUEVA REGALADO

◆ DIRECTOR
ARTIDORO CACERES VELASQUEZ

◆ EDITORA
LITA VELASCO ASENJO

◆ COORDINADOR
NICOLAS PEREZ V.

◆ COLABORADORES
ARTIDORO CACERES LE BRETON
DR. ERNESTO CHUECA SANTA MARIA
KARINA MEDINA VARGAS

PING PONG SEXOLOGICO

Por Artidoro Cáceres Lo Breton
Médico Cirujano Post Grado en Sexología Clínica

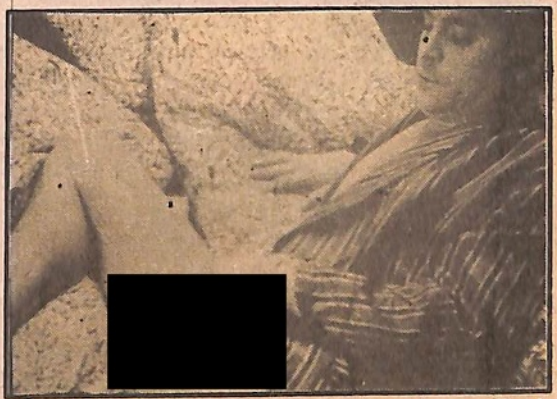
Disculpando los errores de los anteriores números, que no son responsabilidad del autor, repetimos esta sección, con las correcciones pertinentes.

En esta sección, estimados lectores, desarrollaremos temas sexológicos que son planteados con frecuencia por las personas que acuden a nosotros.

- ¿Cuándo la mujer se masturba llega a perder el himen?

- Hablar de masturbación es referirse a la búsqueda de placer a través de la automanipulación, no sólo de los genitales sino, de toda la superficie corporal, independientemente de que se llegue o no al orgasmo.

En el caso de una manipulación genital, lo más habitual y fácil en el caso de una mujer, es la estimulación del clítoris, órgano eréctil de sencillo acercamiento, pero también se incluye en la masturbación genital, la introducción de objetos y de dedos en la vagina, lo cual, en caso de existir un himen íntegro o de poco diámetro de perforación, podría producir su ruptura.



No existen consecuencias negativas si se realiza la masturbación con las técnicas de higiene adecuadas.

- ¿Qué trae como consecuencia la masturbación?

- En caso de haberse realizado con las técnicas de higiene recomendadas en uno de nuestros anteriores números, no existen posibles consecuencias negativas, es más, bien realizada favorece tanto en el varón como en la mujer, el desarrollo de las fantasías sexuales y una eficiente respuesta sexual, factores que serán de gran utilidad en la actividad coital.

- ¿Qué es el lesbianismo?

- Es la opción homosexual ejercida por la mujer. Se basa en la preferencia sexual de las mujeres hacia otras mujeres, tanto en lo que respecta a la estimulación física, como a la capa-

El lesbianismo es una opción sexual normal, de la misma manera que la heterosexsual y bisexual.

cidad de enamoramiento. Es tan normal como la opción heterosexual y bisexual.

- Las relaciones prematrimoniales, ¿son buenas?

- Se acepta que la actividad coital prematrimonial puede favorecer la integración de la pareja. Sólo deben practicarlas las personas que se han liberado del prejuicio de la virginidad prematrimonial, porque si llegan a tener relaciones coitales sin estar seguras puede producirse un gran sentimiento de culpa, que a la larga puede deteriorar la relación de pareja.

No existe, aparte de lo descrito anteriormente, ninguna razón para considerarlas "malas".

- ¿El sexo bucal es considerado como "amor cochino"?

- No, el coito bucal, también conocido como "fellation", en el caso de la penetración del pene en la boca, o "Cunnilingüis", que es la estimulación clitoridiana y penetración vaginal de la lengua, son prácticas habituales entre las parejas, técnicas que realizadas con higiene y suavidad, no tienen ninguna razón para ser

consideradas "sucias", tanto desde las perspectivas de la salud como de la moral.

- ¿El sexo anal produce alguna consecuencia en el hombre y la mujer?

- Si no existe ninguna lesión o trastorno previo del ano, como son fisuras, abscesos o hemorroides, no existe consecuencia alguna; ésto siempre y cuando se haga suavemente, con delicadeza e higiene, exigiendo las técnicas recomendadas, las cuales serán explicadas en un próximo artículo de nuestra revista.

- ¿El orgasmo femenino está más relacionado con el clítoris o con la vagina?

- No sólo con ellos dos. Recordemos que el orgasmo es cerebral y que toda estructura de la superficie corporal puede, en algún momento, desencadenarlo.

Se acepta que es más fácil producir un orgasmo por la estimulación clitoridiana, pero también la estimulación vaginal lo desencadena con cierta facilidad, si se llega a un nivel de excitación óptimo.

- ¿Es recomendable mostrarse desnudo ante un niño de seis años?

- Así es, pero más recomendable es hacerlo desde la más temprana edad, siempre y cuando sea con naturalidad. Esto ayudará al niño a distinguir al varón de la mujer, al niño del adulto, y permitirá una adecuada formación de la identidad de género; además debe siempre acompañarse de respuestas claras y veraces a las preguntas que pueden hacer los niños, como por ejemplo cuando preguntan ¿cómo se llama el pene? Simplemente se le responderá con este mismo nombre, sin tratar de inventar términos que lo pudieran confundir como "pipí", "panchito" o cuanto "terminajo" existe en nuestra sociedad.

- ¿Por qué es que el hombre después de un coito no puede tener otro?

- El varón, luego de haber sentido un orgasmo y eyaculado, pasa por lo que se llama periodo refractario, que es un momento por el cual el organismo no desea saber de actividad sexual, presentando una disminución del deseo. Es un periodo normal que puede ser de unos minutos para algunos y de días para otros, se ven muy influenciados por la edad, estímulo y actividad previa al encuentro coital.

Durante esta etapa el organismo masculino toma nuevas fuerzas para poder retomar la actividad sexual.

Al niño hay que acostumbrarlo a conocer las partes de su cuerpo utilizando los términos exactos.

El asunto es mucho más grave si existen de por medio hijos.

DIVORCIO Y SEXUALIDAD

Parecería mentira decir que hace cincuenta años y peor aún, hace cien años la palabra divorcio era una especie de término maldito, rechazado, condenatorio, pecaminoso. En el Perú, en especial las parejas divorciadas eran condenadas sin proceso y sentenciadas a la marginalidad, a la clandestinidad, al oprobio y en más de una ocasión al infierno...

Las legislaciones de casi todo el mundo aceptan al divorcio como una figura legal, capaz de reconquistar la tranquilidad, la libertad, la independencia y el equilibrio mental, físico y social de los que se mantuvieron unidos por la ley y la religión en un matrimonio totalmente desgastador y en más de una ocasión, sadomasoquista.

Si bien es cierto el divorcio, mecanismo legal de liberación ofrece una serie de ventajas indudables, también es cierto que desgasta emocionalmente y perturba la salud individual, de pareja, familiar y social de quienes se ven inmersos en este gran problema. El asunto es sin ninguna duda, entonces, de qué lado se inclina más la balanza: desde las ventajas o las desventajas.

Lamentablemente no siempre las autoridades judiciales tienen la capacidad y el equilibrio necesarios para resolver este tremendo conflicto de convivencia humana. En los últimos tiempos muchos abogados y en especial abogadas, ofrecen sus servicios profesionales, no tanto para resolver el conflicto en función de la justicia, sino para mantener la pelea y aumentar la violencia sin el respeto a la verdad, la conciliación y la tolerancia.

Pareciera que algunos profesionales del Derecho hubieran sido formados

BIBLIOTECA ENRIQUE HOSPITAL "VICTOR LAZA"

En muchas ocasiones, las personas que se divorcian experimentan que su sexualidad se resiente, llegando incluso a anularla.

como litigantes "ultras", anárquicos y subversivos, que lo único que quieren es aplastar a la relación interhumana que se establece entre dos personas que no siguen la misma ruta y que han decidido caminar en diferente órbita.

Azuzan a los cónyuges para enfrentarse en una violencia verbal y judicial que desmerece la búsqueda de la verdad y la justicia y cuyo único objetivo pareciera ser ganar a como de lugar con la teoría de Machiavelo: "Cualquier medio justifica el fin para ganar la pelea".

En estas situaciones, las personas que se divorcian salen con heridas difíciles de cicatrizar y algunas, las perdedoras, agónicas y en trance de muerte. Epistomológicamente cabe preguntarse qué tipo de justicia y que tipo de ejercicio profesional es éste que en lugar de buscar una salida del túnel lo que hacen es cerrar la única luz que puede llevar si no a la conciliación a una separación sin traumas, frustraciones, resentimientos y odios.

El asunto es de una magnitud descomunal y de una gravedad sin límites cuando en la unión resquebrajada, que se rompe y destruye irremediablemente, existen hijos menores de edad. Es fácil entonces comprender cómo en este drama que viven las personas que se divorcian su sexualidad se resiente y, en muchas, termina anulándose. No es difícil comprender cómo después de un divorcio la actividad sexual se modifica sustancialmente. En algunas aparece el hipererotismo compensador, vengativo y desordenado; en otras más bien ocurre la anulación, la duda, la inseguridad, el "resentimiento sexual".

Evidentemente, de esta rotura matrimonial surgen también las víctimas ajenas a todo compromiso familiar anterior al divorcio. Estoy refiriéndome a las nuevas parejas que conquistan los que están, o ya se han divorciado. Dudas, celos, "cosificación de la pareja", reivindicación y venganza, son actitudes que se proyectan a los nuevos compromisos. No envano alguien dijo que "cuando dos divorciados están en la cama, son cuatro o más los que hacen el amor".

ENLACES DESEADOS

En esta sección de nuestra revista queremos establecer un vínculo de relación afectiva, sentimental, tal vez matrimonial. Lo prioritario en este interés es el puente de sexualidad interpersonal, con características muy profundas de honestidad, lealtad, humanidad.

"Los enlaces deseados" de carácter sexual, están permitidos para personas de los tres sexos (masculino, femenino, hermafrodita; es decir, intersexual) con cualquier alternativa: heterosexual, homosexual, bisexual, entre otros.

Aquí publicaremos las cartas de las personas interesadas en buscar a su media naranja, su medio plátano o su medio melón. Para mantener la confidencialidad rogamos escribirnos en forma breve a la siguiente dirección: Centro de Neurosicología, Comunicación y Sexología, jirón Libertad 269, Miraflores (Lima, 18).

Invocamos el respeto a la verdad y al mismo tiempo aclaramos que nuestra revista y los que trabajamos en ella no podemos tomar la responsabilidad completa sobre la credibilidad de los datos aquí ofrecidos. Como se dice con frecuencia, cualquier parecido es pura coincidencia...

CONFIDENCIAL

A lo largo de mis años como sexólogo he tratado numerosos casos que me han permitido trazar lineamientos de comportamiento sexual humano.Con la autorización adecuada, hoy los pongo a consideración de los lectores, con la esperanza de que sirvan en la solución de problemas con igual o similares características.

"MI ESPOSA ME FUE INFIEL"

Este es un caso cada vez más frecuente en nuestro medio. A diferencia de años anteriores, la infidelidad femenina se pone a un nivel similar al de varón ocasionando una fisura en las relaciones conyugales. Veamos cómo se desarrolló esta historia, contada por uno de sus protagonistas, a quien protegemos con el anonimato.

Vengo a verlo doctor Cáceres, porque estoy sufriendo terriblemente desde hace quince días.

- Puede ponerse cómodo y describirme lo que le atormenta.

- Soy un empresario con éxito, estoy casado desde hace quince años. Tengo dos hijos, uno de 14 y la otra de 10 años.

- ¿Cuál es su edad señor?

- Tengo 41 años, mi esposa tiene 31.

- Se casaron muy jóvenes.

- No sé si demasiado jóvenes, pero lo que puedo confesarle es que fue mi primera relación amorosa. Y para mi esposa lo fue también igual.

- Puede explicarme un poco más este asunto.

- Nos conocimos desde niños; hasta somos familiares, primos en segundo grado. Siempre nuestras familias se frecuentaron y desde muy chicos nos declaramos nuestro amor, a tal punto que nuestras familias festejaban nuestras escapadas y nuestras reuniones.

- Lo que usted me dice parece que correspondiera a una historia romántica, excepcional en estos tiempos.

- Verdaderamente doctor. Lo que ahora no comprendo es si ésto fue para bien o para mal.

- Le ruego explicarse.

- En concreto, debo decirle, doctor, que mi mujer me está engañando.

- Sea usted un poco más explícito.

- Yo soy un empresario que trabaja casi quince horas al día. Me he graduado en economía y en administración de empresas, soy director gerente de tres organizaciones que me obligan a trabajar aproximadamente quince horas.

- ¿Y desde cuándo fue así?

- En realidad, yo creo que después de

"Descubrí que mi esposa me era infiel con uno de mis amigos"

terminar mis estudios, tomé un ritmo de trabajo demasiado acelerado para poder completar alguna situación económica favorable.

- ¿Y su esposa?

- Ella estudió secretariado ejecutivo y luego entró a trabajar en la misma empresa que yo. En ese entonces éramos ya enamorados, pero en cuanto yo obtuve una solvencia económica, de mutuo acuerdo ella dejó de trabajar para dedicarse al hogar.

- ¿Y dónde rádica el problema entonces?

- Como le he dicho, yo me veo obligado a viajar con mucha frecuencia y en especial fuera del Perú. En uno de esos viajes mi itinerario se alteró y tuve que regresar a la casa con anticipación a lo previsto. Al llegar encontré que mi esposa no estaba y las empleadas me informaron que desde el día anterior había salido con la referencia de volver dentro de tres días.

- ¿En qué consistía ese viaje o ese alejamiento?

- Mis hijos se quedaban solos, acompañados por las tres empleadas que tenemos en la casa y ellos también advirtieron que su madre salía con relativa frecuencia cuando yo viajaba. Eso me informaron ellos mismo al sorprenderse de mi regreso repentino.

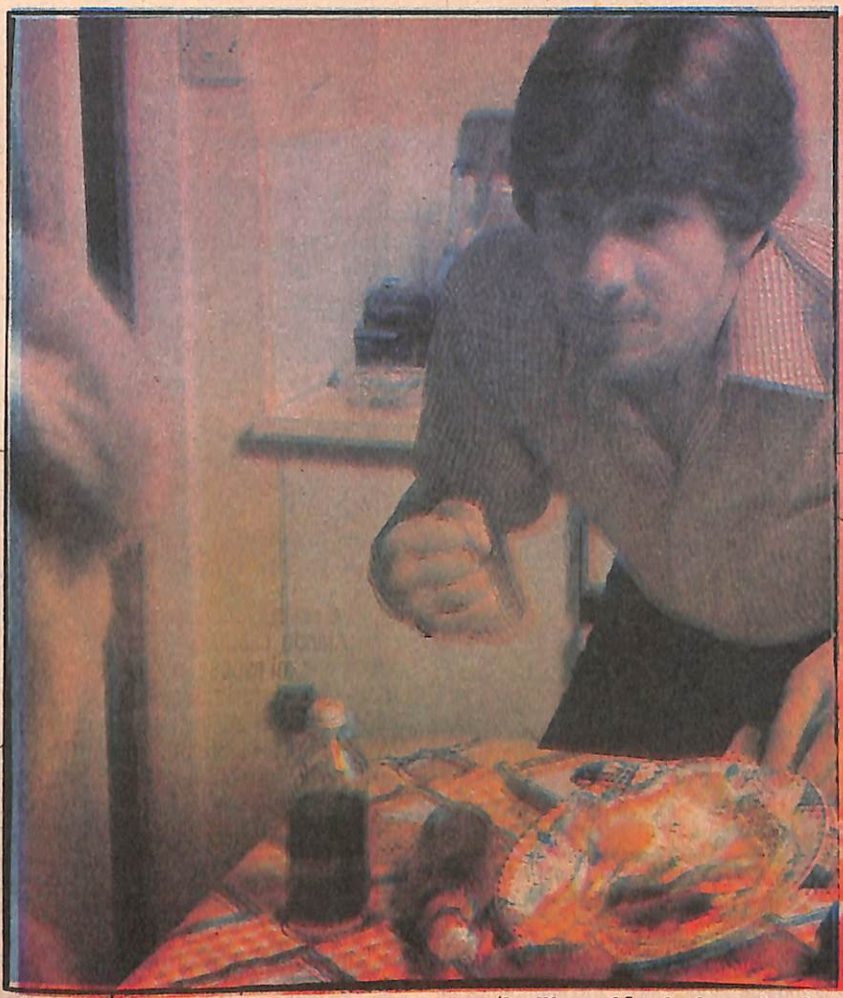
- Le ruego continuar por favor.

- Atando cabos e informaciones, me enteré que mi esposa había viajado a Paracas. Sin pensarlo dos veces yo tomé la decisión y llamé por teléfono al hotel. Nadie me informó que ella estuviera allí. Por otro lado, no comprendía cómo yo estando ausente ella podía viajar. Según me dijo una empleada, con una amiga. Sin embargo, ni tuve el nombre de esta amiga y por lo tanto me entró la duda y tomé la decisión de viajar. Casi de inmediato y en mi propio automóvil me dirigí a Paracas.

- ¿Y entonces?

- Al llegar indagué por su presencia en la administración y no estaba ella registrada pero al día siguiente, en la sala restaurante al llegar a tomar desayuno la encontré acompañada con uno de mis mejores amigos.

- ¿Cuál fue su reacción?



El trabajo adictivo de muchas personas y la liberación de la mujer han propuesto en las relaciones conyugales una brecha y muchas veces un abismo.

"Todos somos víctimas de la infidelidad de mi esposa"

- La mía fue de sorpresa, la de ella de una tremenda incertidumbre, desconcierto, alarma. No quisiera referirle más los datos porque yo inmediatamente comprendí la situación de infidelidad y mi amigo lo confirmó también, advirtiéndome que desde hacía dos años ellos tenían una relación que él y ella justificaban en función de mi alejamiento laboral y empresarial.

- ¿Cómo continúa esta situación?

- De inmediato cogí mi automóvil y regresé y se imaginará usted doctor en las condiciones en las que tuve que viajar. Pensé en mis hijos y naturalmente en la separación. He llegado a Lima y de inmediato he puesto el hecho en conocimiento de los padres de ella, que se han quedado

muy sorprendidos, y que no admitían esta versión, hasta que ella al llegar les confirmó con cierta ligereza o resignación y además con justificación en función de mi excesivo trabajo y por lo que ella dice, ausentismo del hogar.

- ¿Cuál es la situación actual de ustedes?

- Yo he salido a vivir en un departamento que pertenece a mi hermano y desde hace diez días aproximadamente solamente me comunico telefónicamente con mis hijos. No he tenido ocasión de hablar con ella y quisiera que usted me oriente la actitud que debo tomar.

- Permítame preguntarle, ¿cómo están sus sentimientos de los que comúnmente se llaman amorosos en relación a ella?

- Debo confesarle, doctor, que estoy totalmente anulado en mi reflexión y frustrado. Creo que he dejado de amar brutalmente a mi esposa.

NUESTRO ANALISIS

En esta ocasión mis amigos, mi comentario será muy breve. Queremos proponerles a ustedes la participación más activa. Es indudable que casos como han señalado si bien es cierto, no son muy frecuentes, pero tampoco son demasiado raros y antes bien, yo diría que cada vez son más declarados y motivo de consulta. El trabajo adictivo de muchas personas y la liberación de mujer evidentemente han propuesto en las relaciones conyugales una brecha, una fisura y muchas veces un abismo.

Queremos proponer a nuestros amables lectores que nos den a conocer su parecer en la situación planteada. Cómo solucionar este problema, cuál es su opinión en relación a la conducta planteada y muy especialmente a lo que debe hacerse. Les rogamos escribirnos a la siguiente dirección: Instituto de Neuropsicología Comunicación y Sexología, jirón Libertad 269, Lima 18. (Miraflores).

Repetimos que solicitamos comentarios y posibles soluciones o comportamientos a seguir en el caso confidencial planteado. Entre las cartas que nos lleguen sortearemos el tomo número uno de la enciclopedia "El mundo de la pareja", que es un hermoso libro que ha publicado la Editorial Planeta y que reúne diferentes temas relacionados con la sexualidad, bellamente enriquecidos con hermosas fotografías y esquemas.

Así pues, queridos amigos, anímense a participar y a intervenir en la solución de casos como los señalados. Nunca se sabe en qué momento le puede tocar a uno porque la vida afectiva y emocional es como la casa del jabonero, "quien no cae resbala"

Con frecuencia, el hombre experimenta cambios físicos, así como emocionales.

LA LLAMADA ANDROPAUSIA

La mayoría de personas saben que una mujer que atraviesa determinada edad, generalmente entre los 35 a 40 años, se acerca o está en la llamada "menopausia". Esta situación se caracteriza por la disminución del fluido menstrual, que termina ausentándose, y por lo tanto, dejando a la mujer sin ninguna posibilidad de volver a ser madre.

Con este criterio se ha buscado un término que pueda señalar en el hombre una disminución de su potencialidad sexual y también que implique la disminución de sus energías vitales generales. Algunos investigadores han propuesto el nombre de "andropausia".

Aparentemente, no todos los hombres atraviesan por esta edad y en esto se parece al llamado climaterio o edad crítica de las mujeres. Sin embargo, al parecer, cada

vez son más los varones que se quejan de las molestias y llegan a hacer síntomas de este verdadero cuadro clínico.

Los llamados transtornos andropaúsicos se han sistematizado en tres categorías: en el área física, sexual y mental.

Los cambios físicos, son en alguna forma, comparables a los que se presentan en la mujer: crisis de palpitaciones inesperadas, mareos, en algunos hombres la presencia de sofocos y dificultades para respirar, así como, calambres o dolores articulares.

Desde el punto de vista sexual, aparece una dificultad en la erección del pene que va haciéndose creciente, sobre todo, cuando la persona comprometida le presta mucha importancia a la actividad sexual. El pene entra difícilmente en erección y cuando lo logra, la pierde rápidamente y a veces se trata de erecciones incompletas, reducidas y débiles.

Igualmente, se ha señalado dificultades en la eyaculación. Esta se hace lenta y el contenido del semen va disminuyendo, así como la repetición de la eyaculación, en un sólo acto coital. Desde el punto de vista semántico, este síntoma sería el más significativo, en relación al nombre andropausia que implicaría en alguna forma una disminución del contenido del semen, comparativo a lo que ocurriría con la menstruación en la mujer. Sin embargo, el nivel de comparación es pobre y muchos investigadores lo niegan.

Evidentemente, una pérdida o dificultad en la erección y, una dificultad por ausencia de eyaculación puede conllevar a otros problemas de orden sexual, aunque más de carácter vital, como por ejemplo: dificultades en el deseo, o temores o ansiedades cuando la pareja exige, ver, tocar, oler; en otras palabras, sentir el fluido eyaculatorio. La situación se agrava cuando se pretende todavía en esta edad ser padre.

Los cambios vitales son, sobre todo, emocionales, aunque hay algunos que también son de orden intelectual. El varón comienza a sentirse deprimido, fatalista, desconfiado, tanto en su trabajo como en su familia y, por supuesto, en su grupo social. Pierde la capacidad de concentración y su memoria falla cada vez con mayor frecuencia. Su carácter se torna díscolo, irritable y a veces violento, sobre todo, desde el punto de vista verbal. Se le nota intolerante y por supuesto, amargo. Es posible que se lo califique de insoportable y de molestón.

Con frecuencia se aisla, pierde la capacidad de sueño, se queja de dolores de cabeza y de dificultades en los órganos sensoriales, especialmente, visuales y auditivos: no es infrecuente la hipocondría y el deambular de consultorio en consultorio, acumulando muchas veces recetas y opiniones diagnósticas, así como dietas que generalmente son imposibles de cumplir por lo controversiales y muchas veces antagónicas.

Algunos comienzan a consumir cigarrillos, alcohol y café, y otros aumentan la dosis habitual. Hay quienes se refugian bajo ideologías religiosas, o de lo contrario, entran en una obsesión persecutoria, conquistando mujeres sin ton ni son, y por supuesto, acumulando fracaso tras fracaso.

Una peculiar, y de difícil explicación, es la conducta homosexual. Muchos varones que han sido transexuales hasta este momento, cambian sus hábitos o alternativas sexuales y comienzan una relación homosexual, generalmente con adolescentes, que complica aún más su vida.